



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

**Departament de Biblioteconomia,
Documentació i Comunicació
Audiovisual**

**Facultat de Biblioteconomia i
Documentació**

Treball de Grau en Comunicació Audiovisual Curs 2016 - 2017

Dossier de realització: El Reflejo

Andrea Micaela Álvarez Jozami

**TUTOR(S):
Javier Sanz**

Barcelona, 12 de junio del 2017

Esta obra esta bajo una licencia de [Creative Commons Reconocimiento](http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>.



ÍNDICE DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN	4
CONCEPTUALIZACIÓN	4
Estado de la cuestión	5
Motivación	7
Lenguaje.....	8
Referentes narrativos.....	9
Referentes visuales.....	11
Criterios formales	12
Plan de difusión	15
MEMORIA DE REALIZACIÓN	16
FICHA TÉCNICA	17
EQUIPO DE REALIZACIÓN	17
Equipo técnico	18
Equipo artístico	19
CONCLUSIONES	20
BIBLIOGRAFÍA	21
ANEXO	23
Anexo I: Enlace al vídeo	23
Anexo II: Guion literario	23
Anexo III: Guion técnico.....	24

RESUMEN

El siguiente trabajo abarca la realización del videoarte “El reflejo” cuyo tema gira en torno a la autoestima y el amor propio. Esta memoria expone cómo se ha llevado a cabo la construcción del mismo, desde la idea principal hasta los últimos detalles de su culminación. La misma se estructura en torno a la conceptualización y la realización del proyecto, donde se inscriben las motivaciones, referentes, ideas e intencionalidades que dieron luz a la obra, así como también los criterios formales y técnicos que permitieron su desarrollo.

ABSTRACT

The following work deepens in the realization of the video art "El Reflejo" whose main argument revolves around self-esteem and self-love. This report explains how the play was carried out from the main idea to the last details of its culmination. This paper is structured around the conceptualization and implementation of the project, where they register the motivations, references, ideas and intentionality's that made possible the video art, as well as the formal and technical criteria that allowed its development.

INTRODUCCIÓN

El concepto que articula la realización del videoarte en el cual se basa este trabajo final de grado es el amor propio. El mismo, se personifica en una joven que transmite su insatisfacción con su imagen física propinando golpes a su reflejo en el espejo. Sin embargo, estos golpes no son recibidos por el reflejo, sino por el personaje que los propina. Esto motivará la evolución del personaje, sirviéndole como método de aprendizaje, para cambiar la dinámica autodestructiva.

El proyecto esta inspirado en experiencias personales de la autora, que sufrió durante su adolescencia de dinámicas autodestructivas a causa de la insatisfacción con su imagen física. Las mismas fueron resolviéndose durante el paso de la adolescencia a la adultez gracias a la externalización de la problemática, la lectura y consumo de cine, música y poesía.

Estas actividades le permitieron a la autora conocer otras experiencias similares a la suya que le ayudaron a canalizar su falta de autoestima. Este proyecto tiene la intención de servir como ejemplo y aprendizaje para aquellas personas que puedan sentirse identificadas. Del mismo modo, facilitar a los espectadores una fuente de canalización similar a las que ayudaron a la directora a resolver su falta de amor propio.

Por ello, la realización de este videoarte, se fundamenta en tres pilares básicos. Por un lado la intención de la autora de expresar artísticamente sus experiencias y vivencias pasadas, por otro, una voluntad de ruptura de los ideales de belleza tan estrictos que se fomentan desde algunos medios de comunicación y por ultimo el propósito de ayudar a las personas que se puedan encontrar en la misma situación.

CONCEPTUALIZACIÓN

El videoarte comporta un proceso de abstracción y como tal, dota de gran importancia a las ideas que dieron luz a la obra. Es por ello que todas las decisiones de realización, tanto a nivel fotográfico, como sonido y montaje están enfocadas en transmitir los conceptos sobre los que se sustenta la misma.

Si bien algunos de los conceptos a continuación expuestos eran conocidos por la directora antes de iniciar este proceso, y le sirvieron como inspiración, hizo falta igualmente un proceso de investigación y documentación que la ayudara a expresarlos. Otros conocimientos en cambio, fueron adoptados durante su elaboración y sirvieron para enriquecer y conducir la creación.

Estado de la cuestión

Numerosos son los autores que han analizado y estudiado la imagen corporal, es decir, la representación del propio cuerpo. Desde los inicios de la psicología, Lacan, J. (1949) se interesó por la manera en que los niños de entre seis y dieciocho meses de edad son capaces de percibir su imagen reflejada en el espejo. El autor también explica como esta fase, definida como “el estadio del espejo”, esta fuertemente implicada en el desarrollo de la función del “yo”.

“La cría de hombre, a una edad en que se encuentra por poco tiempo, pero todavía un tiempo, superado en inteligencia instrumental por el chimpancé, reconoce ya sin embargo su imagen en el espejo como tal”
(P. 1)

Años más tarde, autores como Brunch (1962), Le Boulch (1986), Schilder (2013) y Slade (1994) volverían a ahondar en estos conceptos definiendo como se construye en la mente de los infantes la imagen corporal, cuales son los aspectos que más influyen en esta configuración del propio cuerpo y las problemáticas que la insatisfacción que el mismo puede generar.

Sin embargo, como explican Flores, Cruz y Gascón (2017)

“No existe un consenso científico sobre qué es la imagen corporal, o cómo se evalúa, ni cómo se manifiesta una alteración de ella. En cambio, la autopercepción se ha clasificado como correcta, subestimación y sobrestimación, y esta a su vez podría generar la satisfacción o insatisfacción corporal. Algunos autores consideran que la distorsión perceptiva es la alteración de la percepción que se manifiesta

por una incapacidad para estimar con exactitud el tamaño corporal”

(P.2)

En su estudio “Insatisfacción con la imagen corporal en niños y adolescentes: revisión sistemática” Flores, Cruz y Gascón (2017) exploran diferentes artículos científicos que proponen diversas maneras de valorar la insatisfacción corporal (IMCO). Los autores destacan que las causas de la IMCO pueden deberse a factores sociales y psicológicos. Entre los factores sociales encontramos los medios de comunicación, la cultura, las amistades y la familia.

De la misma manera, Manuel Estévez Díaz (2012) en su tesis, distingue los factores que inciden en la valoración de la imagen corporal en tres niveles; social, interpersonal e individual. El factor social, está configurado principalmente por los medios de comunicación social y la publicidad, ya que estos tienen un papel preponderante, lanzando e imponiendo de forma continua un ideal estético, a través de la utilización de personajes y modelos que responden a las expectativas de un canon de belleza corporal determinado.

Otros autores como Tylka, Sabik (2010) y Veldhuis, Konijn, Knobloch-Westerwic (2017) relacionan la insatisfacción corporal con la teoría de la comparación social propuesta por Leon Festinger (1954). En su trabajo “Integrating social comparison theory and self-esteem within objectification theory to predict women’s disordered eating” Tylka, Sabik (2010), sostienen que existe una relación directa entre la vigilancia corporal, la comparación corporal y la autoestima. Los autores basan su estudio en una investigación realizada en un colegio estadounidense en Midwestern con una muestra de 274 alumnas. Las mujeres que con mayor frecuencia monitorearon su cuerpo y lo compararon con los de las demás fueron quienes reportaron mayores desordenes alimenticios.

En cambio, Veldhuis, Konijn, Knobloch-Westerwick (2017) se preguntan que papel juegan los medios de comunicación en la teoría de la comparación social y sobre todo si es posible adoptar nuevas medidas para evitar la insatisfacción corporal. Los autores sostienen que los mensajes verbales que contextualizan la exposición a las imágenes idealizadas del cuerpo pueden moderar la satisfacción corporal de los consumidores de los medios de comunicación. Los autores intentan motivar, por lo tanto, a los medios de comunicación a utilizar sus intervenciones para contrarrestar percepciones negativas del

cuerpo y guiar a los lectores a mantener comportamientos apropiados de estilos de vida, en lugar de motivarlos a seguir un estereotipo demasiado idealizado de belleza.

Motivación

Como explicábamos al inicio de esta memoria, son tres los factores que dieron cuerda a este proyecto, por un lado las experiencias personales de la autora, que sirvieron de inspiración para la realización de la obra. Por otro, la intención de servir como reflexión para aquellos espectadores que puedan estar viviendo experiencias similares. Por último, el conocimiento de que los medios de comunicación pueden, e incluso deben, diversificar los modelos de belleza que hasta el momento han sido tan estrictos y estereotipados.

Como se ha definido anteriormente, la existencia de la imagen corporal, que obtienen los infantes a través del estadio del espejo, el cual se encuentra implicado en el desarrollo del “yo”. Esa imagen corporal se desarrollará también en base a la comparación social; un impulso de los individuos de evaluar sus propias opiniones y capacidades. Los medios de comunicación son uno de los tantos factores que condicionan la imagen corporal y la comparación social. Por ello la autora de este videoarte cree indispensable una modificación en la manera en que los medios de comunicación tratan los estereotipos de belleza, por ello la intención e incluso necesidad de realizar esta obra audiovisual que busca la reflexión sobre estos estereotipos, por parte de los medios de comunicación, así como también de los espectadores.

Si bien la base de inspiración del proyecto se encuentra en las experiencias personales, la verdadera y más firme motivación está en fomentar una reflexión y un cambio tanto en quienes producen los contenidos de los medios como por parte de quienes los consumen. Es decir que esta obra tiene un carácter principalmente didáctico.

Numerosos son los autores que se han interesado en las capacidades didácticas del videoarte como lenguaje, García Roldán (2012) en este aspecto destaca que:

“el videoarte, desde sus orígenes está asociado a formas críticas de contratelevisión, de activismo social y a nuevas realidades artísticas que plantean otros canales de creación y difusión, lo que nos obliga a plantear

otras formas de búsqueda y definición de sus recursos para adaptarlos a la investigación educativa” (P. 9)

Es en estas nuevas posibilidades del videoarte como herramienta didáctica que esta obra busca abrirse camino. Sin embargo, para alcanzar este objetivo, “El Reflejo” deberá hacerse visible entre los circuitos de festivales y museos.

Lenguaje

El lenguaje bajo el que se inscribe “El Reflejo” es el videoarte, la elección de el mismo obviamente no es arbitraria. Como explica Celia Vara (2014), el videoarte implica nuevas estrategias de concepción, rodaje, edición y exhibición que huyen de la normatividad cinematográfica para mostrar la identidad de los géneros. Es esta capacidad crítica del videoarte la más relacionada con mi obra, pero no la única, a continuación ahondaremos mejor en este concepto y sus características.

Si bien, el videoarte es aún un concepto en construcción, porque, como argumentan Caballero Gálvez y del Portillo García (2014);

“La de noción de videoarte no se rige por la materialidad o los medios tecnológicos de producción sino por su estética formal y el contexto donde son presentados. Por lo tanto, nos encontramos con producciones cinematográficas que son piezas de videoarte y otras que son lo que tradicionalmente conocemos como cine, así como con producciones videográficas que son videoarte y otras que son televisión o forman parte de un archivo videográfico. Además, consideramos que uno de los criterios más relevantes en la valoración de las piezas como videoarte sería la intencionalidad del artista durante su realización" (P. 9)

Sin embargo, Alban Martínez Gueyraud añade que,

“El videoarte es el trabajo artístico realizado en formato de vídeo, muy característico del arte contemporáneo [...] que va adoptando, cada vez más, renovadas y variadas formas de presentación (DVDs, videoescultura,

videoinstalación, animación digital, etc.) y va conquistando espacios que denotan su autonomía. A diferencia de un cortometraje, un videoclip o un videojuego, la obra de videoarte no necesariamente presenta una secuencia narrativa directa, sino que es un lenguaje sugerente e inspirador que usa el artista -pudiendo ser abstracto o no y consiguiendo mezclar distintos procesos visuales, como las imágenes directas capturadas de la realidad vivencial conjugadas con las de animación digital- para formular sus conceptos, reflexiones o planteamientos creativos” (P. 1)

Las características que identifican al videoarte y que más se relacionan con esta obra son:

- Su cercanía con el video conceptual o video de reflexión, es decir, aquellas obras en las que las ideas y conceptos que transmite trascienden al propio objeto artístico y su autor.
- La fotografía, inspirada en la estética minimalista y de carácter pictórico, donde los objetos sobresalen al encuadre.
- Por ultimo, su intencionalidad crítica hacia la normatividad de los medios de comunicación de masas, así como también su voluntad reflexiva.

Referentes narrativos

Maya Deren

Como explica Quintana (2016), las obras de la autora, conjuntamente con otros autores, sentaron las bases que generaron la irrupción del video-arte. Las obras de Maya Deren están impregnadas de grandes cotas de surrealismo y metáforas, que se hacen más patentes gracias a la manera en como utiliza el montaje.



Maya Deren (1946) en “At Land”

En su film “At Land”, Deren expresa el nacimiento a través de unas olas que traen el cuerpo hacia la playa, pero que luego marchan en cámara reversa. Más tarde, a través del

montaje la autora generará paralelismos entre escalar arboles y rocas y las relaciones interpersonales con la intención de generar una alegoría con la formación de la identidad personal.

El Lobo Estepario



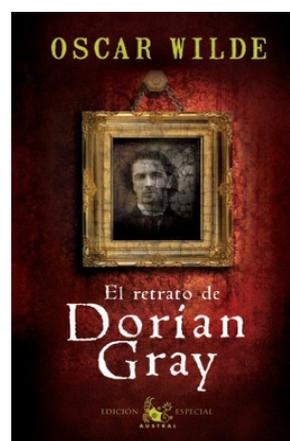
La novela escrita por Herman Hesse recoge momentos de la propia vida del autor como inspiración. En la novela, el protagonista principal, *alter ego* del autor, sufre un desdoblamiento en su personalidad; su parte más malvada se representa en lobo y la parte humana en Harry Heller. De la misma manera, en “El Reflejo” la protagonista principal lucha contra su yo cruel que se encuentra del otro lado del espejo.

Hesse, H. (1990). “El lobo estepario”. Editorial Alianza

Herman Hesse a lo largo de la obra se sirve del simbolismo para representar las crisis espirituales y de personalidad que sufrió durante su vida. Este simbolismo no solo se representa en la dualidad hombre/lobo del personaje principal, sino también en sus acciones, como por ejemplo el asesinato de Armanda, aquella que representa el amor y la vida para el personaje principal.

El Retrato de Dorian Gray

A lo largo de su novela, Oscar Wilde, realiza una crítica hacia una sociedad narcisista donde prima la exaltación de la belleza, el lujo y la juventud. De la misma manera “El Reflejo” critica la excesiva auto exigencia que muchas personas imponen hacia sí mismas, sobre todo en cuanto a la belleza física se trata. Mientras Oscar Wilde vuelca el simbolismo de su obra en un retrato, *alter ego* del personaje principal, la autora del videoarte hace lo propio a través del recurso del espejo.



Wilde, O. (2016). “El retrato de Dorian Gray”. Editorial Espasa Libros

Referentes visuales

Rohan Reilly

La obra del fotógrafo irlandés bebe del minimalismo japonés, sin embargo, la manera en como Reilly destaca los elementos más esenciales; resumiéndolos solo a líneas, formas geométricas y curvas, lo hacen sobresalir por encima de sus predecesores. A pesar de que Reilly trabaja en exteriores, utiliza la sobre exposición, de manera que parezca que los objetos están aislados en un espacio blanco infinito. Así lo podemos ver tanto en sus obras en blanco y negro como en color.



Rohan Reilly (2015) "Palafitte Study 1"



Rohan Reilly (2015) "Palafitte Study 2"

Este es el efecto que la autora de "El Reflejo" quiere generar en su obra; un espacio diáfano, en el que solo destacan los objetos principales. A pesar de que la localización del videoarte es un espacio blanco infinito, los personajes de la obra parecen encajonados en ese espacio surrealista, a la vez global y a la vez opresivo, en el que los objetos aparecen y desaparecen.

Symbol, Hitoshi Matsumoto

Symbol es una obra surrealista con 2 tramas, la primera localizada en un desierto mexicano, y la segunda en una habitación completamente blanca y cerrada en la que los objetos aparecen y desaparecen. Es esta habitación la que inspiró a la directora de "El reflejo", un cajón totalmente blanco, de luz plana, donde el personaje principal sobresale llamativamente. Si bien Matsumoto destaca a su personaje por su caricaturesco actuar y

su estrafalario pijama de colores, la autora del videoarte intenta dar a sus personajes una actitud más dramática vistiendo colores *nude* y a través un actuar lento y solemne.



Hitoshi Matsumoto (2009), “Symbol”.

Criterios formales

Todas las decisiones, tanto a nivel de fotografía, montaje y sonido están enfocadas en conseguir el máximo nivel de empatía posible entre el personaje y los espectadores. De esta manera se incorporan los conceptos básicos que sustentan la obra con las emociones y sentimientos que hacen posible expresarlos.

Sonido

La función del sonido es destacar los aspectos surrealistas y minimalistas de la obra, así como también acompañar los sentimientos del personaje. Por ello a lo largo del videoarte podemos reconocer, música extradiagética de género electrónico. El ritmo y las tonalidades de la canción varían según como evolucionan las emociones, destacando la sensación de aislamiento de los personajes, el carácter de suspenso y terror en los momentos más críticos. La canción utilizada fue creada por el músico Hyson, titulada “All Will See” y posee licencia Creative Commons CC BY: Attribution.

En un principio la música extradiagética estaba acompañada por efectos sonoros que habían sido capturados durante el rodaje. Sin embargo, durante el proceso de montaje se hizo evidente que esta idea no funcionaba como debía, las voces del reflejo en el espejo se solapaban con las de la muchacha y a la vez con la canción. Luego de varios intentos se optó por utilizar solo la base musical, sin efectos, ya que ayudaba a comprender mejor las acciones, sentimientos e ideas que se transmiten en “El Reflejo”.

Montaje

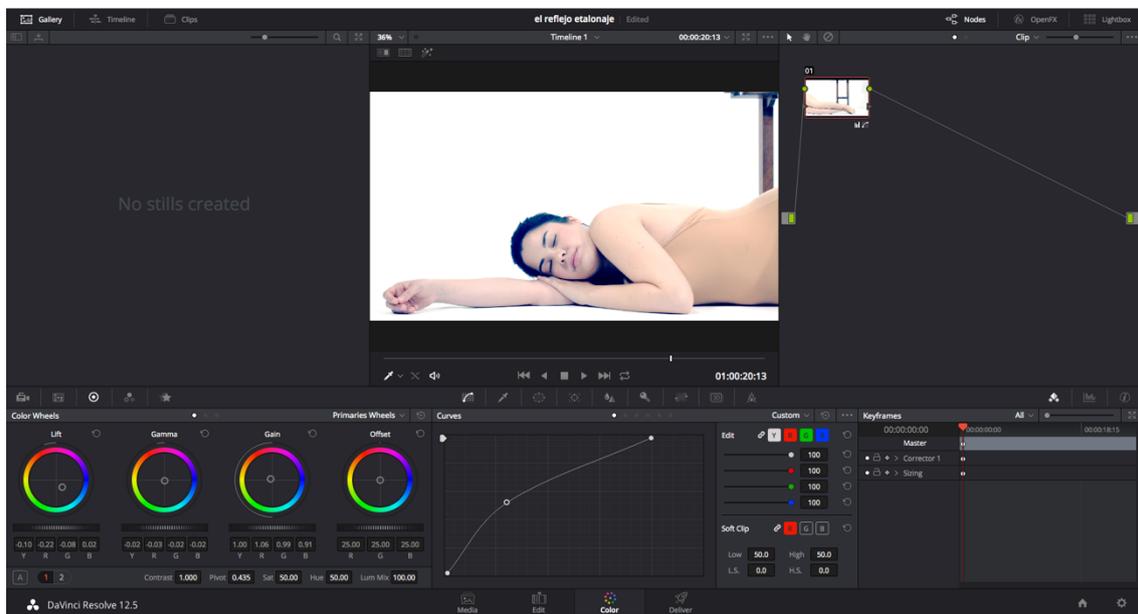
En la realización de esta obra, el montaje posee dos facetas muy importantes, el montaje interno y el montaje externo. El montaje interno esta presente en la producción de todo audiovisual, sin embargo, su importancia en este videoarte viene dado por los efectos de postproducción (para poder duplicar al personaje) y por el maquillaje, de esta manera se busca evitar fallos de *racord*. Por ello el guion técnico y *story board* se volvieron herramientas indispensables. A su elaboración se dedico la mayor parte del tiempo de preproducción y su seguimiento fue totalmente riguroso durante el rodaje. El guion técnico se encuentran adjunto en el anexo I de esta memoria.

En cuanto al montaje externo, el mismo es de tipo poético y su principal finalidad es transmitir la sensibilidad de los personajes; consiguiendo la máxima empatía posible entre el espectador y los actores. Por ello, durante los momentos en los que la joven golpea al espejo, los planos serán cortos y repetitivos, a modo de transmitir la asfixia y desesperación que siente la misma. Sin embargo, en los momentos de llanto y crisis, los planos serán más extendidos, buscando así conectar las miradas de la actriz y las del espectador. Por ultimo, con la ayuda de la música se buscará una armonía completa en el montaje.

Al momento de definir la puesta en escena se opto por planos fijos y cerrados de corta duración. Sin embargo esta modalidad no solo no era estéticamente adecuada, sino que también haría el proceso de rodaje más largo y complejo. Por ello se modificó por planos cortos pero con movimiento; *travellings* y panorámicas que acompañan los movimientos de la actriz. Los mismos se utilizaron sobre todo al comienzo de la obra, momento en que el personaje se despierta y comienza a descubrir su cuerpo, ya que aportaban mucha calma y sensualidad. En cambio, los momentos en que el personaje interactúa con el espejo son planos más abiertos ya que ayudan a contextualizar la situación. Por ultimo, en los momentos más críticos, los planos son cerrados y fijos, añadiendo dramatismo a la escena.

Fotografía

Con la intención de destacar el espacio, se utiliza una iluminación plana y una exposición ligeramente más alta para conseguir quemar el blanco dejándolo totalmente impoluto. Por otro lado, no se busca el contraste entre los personajes y el fondo gracias a la iluminación de luces y sobras, sino corrigiendo las tonalidades a través del etalonaje. Para ello se utilizó el programa DaVinci Resolve, a través del cual se aumentó el color azul en sombras y luces, y se redujeron las tonalidades medias. De esta manera se genera mayor contraste entre el fondo y los personajes, y se consigue una iluminación menos natural y más artística.



Escenografía

En este videoarte, el escenario cobra una preponderancia similar a la de los personajes. Este aspecto es muy importante ya que sirve para destacar la teatralidad de la obra y embellece la fotografía (gracias al contraste entre el blanco infinito y el rojo de la sangre y los moretones). Por otro lado, como explicábamos anteriormente, la localización juega un papel muy importante a la hora de transmitir los sentimientos y la estética surrealista, ya que el blanco infinito se torna a la vez claustrofóbico.

Plan de difusión

Como se explicaba al inicio, el objetivo principal de este videoarte es de carácter didáctico. Es decir, la intención es que sirva como ejemplo, para que aquellas personas que se encuentran en situaciones similares, tomen conciencia y detengan esas conductas autodestructivas fruto de una visión demasiado crítica consigo mismos. Este objetivo para ser llevado a cabo, requiere de un plan de difusión que permita que la obra sea difundida correctamente.

Este plan de difusión contempla, en primer lugar, la presentación de la obra en diferentes festivales de videoarte entre los que se encuentran:

Flux, Festival de video d'autor:



Este festival es uno de los más destacables en este plan de difusión ya que, a demás de encontrarse en la misma ciudad donde vive la autora, comparte público objetivo con “El Reflejo”. Tanto el evento como la obra están dirigidos a un público joven con inquietudes entorno a la cultura audiovisual. Por otra parte, este festival ya ha demostrado gran interés por las operas primas de autores provenientes de universidades, escuelas de cine y diseño. Como por ejemplo en su edición 2001-2002, en la que el Instituto de Estudios Politécnicos de Barcelona IDEP, colaboró en la proyección; *IDEP: Autors emergents*, en la que se expusieron veinte videocreaciones provenientes del curso de realización.

IVAHM

El festival internacional de video arte de Madrid es una oportunidad perfecta para que “El Reflejo” comience a abrirse paso fuera del panorama local. IVAHM cuenta



con numerosas secciones muy bien delimitadas. Aquellas en las que mejor se enmarcaría este videoarte son “VisualPoem” y “Human Landscapes - Cuerpos”.

FIVA



La presencia del Festival internacional de videoarte argentino en este plan de difusión no es arbitraria. La directora de “El Reflejo” nació en Argentina y para ella tendría un importantísimo valor sentimental poder llevar su obra a su país natal. Además de la posibilidad de difundir internacionalmente su obra a través de este festival.

MEMORIA DE REALIZACIÓN

La realización de esta obra comportó un largo proceso a través del cual la autora aprendió mucho sobre su obra, sus capacidades artísticas y su propia personalidad. Al inicio, este proyecto se planteaba más como un videoarte experimental que como un video performance. Por ello es que, durante los primeros planteamientos, la principal preocupación de la directora eran los aspectos formales, sobre todo en torno a fotografía, encuadre, iluminación y montaje. Tanto así, que la elaboración del guion literario le parecía una herramienta innecesaria y las principales preocupaciones se encontraban en la creación del *Storyboard*.

En cuanto el proyecto fue creciendo y las tutorías avanzaron se reflexionó sobre la importancia de los aspectos narrativos y conceptuales. La autora pensaba tenía muy claros y completos estos detalles, pero durante la realización del guion literario, se hizo patente que no era de este modo y aún había mucho por mejorar. La creación del guion literario ayudó mucho a la directora a aclarar y ordenar mejor las ideas, completar agujeros narrativos y reflexionar sobre metáforas que no funcionaban o no lo hacían de la manera en que se esperaba. El mismo se encuentra adjunto a este trabajo en el anexo I.

Escribir el guion literario fue un ejercicio reflexivo también en cuanto a los aspectos personales. Este ejercicio ayudo a la directora a recordar experiencias del pasado, ser consciente de algunas debilidades que aun tiene en torno a su propia autoestima o su visión del genero masculino. Por otra parte, a la hora de realizar el guion técnico se encontró con algunas dificultades que detuvieron el trabajo, pero que poco a poco se fueron superando. Como explicamos anteriormente, al ser una obra que requiere mucho trabajo de postproducción, el guion técnico es fundamental para saber si la obra es realizable o no, así como también la herramienta perfecta para resolver problemáticas. Con la ayuda de la imaginación y la inspiración en base a los referentes, poco a poco se fue dando forma al proyecto.

FICHA TÉCNICA

Título El Reflejo

País España

Género Video – performance

Dirección Álvarez Micaela

Guion Álvarez Micaela

Producción Álvarez Micaela

Duración (Por definir)

Presupuesto 400€

Sinopsis

Una joven despierta en un mundo diáfano. Poco a poco comienza a descubrir su cuerpo que le resulta muy llamativo y satisfactorio. Sin embargo, la presencia de un espejo romperá la armonía e iniciará una lucha. Para detener la batalla la joven deberá aprender a amar su cuerpo y el reflejo del mismo. Un video performance reflexivo sobre la autoestima y las autoexigencias.

EQUIPO DE REALIZACIÓN

La puesta en marcha de este proyecto contó con la ayuda de un importante equipo que colaboró, tanto en los aspectos técnicos como artísticos, haciendo posible su realización. Gracias a ellos el rodaje fue un proceso ameno y satisfactorio.

Equipo técnico

Dirección, guion y producción

Álvarez Micaela

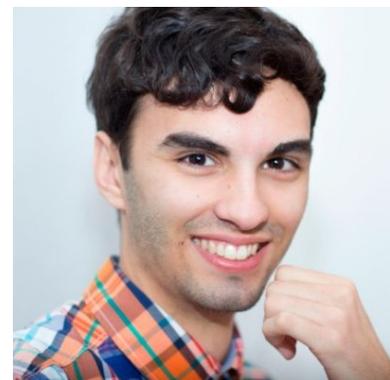


Estudia comunicación audiovisual en la Universidad de Barcelona. En su paso por la universidad lleva a cabo diversos proyectos y demostró interés en diferentes roles del sector audiovisual. En tercer año descubre el mundo del videoarte durante su colaboración como guionista en la obra “Das Sein”. Atraída por las capacidades metafóricas y experimentales de este lenguaje, decide elaborar su proyecto final de carrera basándose en este lenguaje y con un importante significado personal.

Iluminación y *Script*

Javier Jiménez

Graduado en Comunicación audiovisual en la universidad de Barcelona. A lo largo de su carrera demuestra un importante interés en el mundo de la fotografía, así lo podemos ver en sus obras “Moonstruck” y “Alter”. También experimenta intereses en el lenguaje del videoarte, lo que lo lleva a dirigir la video - performance sobre el arte del Yoga “Breath”. En la realización de "El Reflejo" colabora en tareas como iluminación y ayudante de realización.



Maquillaje y auxiliar de iluminación



Noemí Molins Gris

Demuestra un gran interés por el mundo artístico y audiovisual desde temprana edad. Acude al bachillerato de artes plásticas INS Alexandre Satorras. Años después se gradúa como técnica

superior de fotografía artística en EASD Josep Serra i Abella. Durante este período toma clases de maquillaje y comienza a desarrollar esta tarea como una afición, profesionalizándola más tarde a partir de cursos especializados en maquillaje de efectos especiales. Actualmente se encuentra finalizando el graduado a distancia en técnica de iluminación de espectáculos en vivo por la Universidad Complutense de Madrid.

Equipo artístico

Rebeca Sánchez



Con tan solo 23 años es una actriz experimentada. Se ha desarrollado principalmente en el mundo del teatro escénico, donde ya ha realizado alrededor de trece obras. Esta faceta ayudó a imprimir carácter teatral en la video – performance enriqueciéndola aún más. Sin embargo, el mundo audiovisual no es nuevo para ella, anteriormente ya participó en cortometrajes, videoclips, web series y anuncios. Actualmente emprende un importante proyecto con la obra “Eh, Taxi” que inició en Microteatro Barcelona y pronto emprende gira en Madrid.

José Leiva

Estudia artes escénicas en la Escola d’actors de Barcelona y colabora en diversas obras y monólogos en el teatro La Martinenca. Si bien hasta el momento no había tenido experiencia en cine o televisión, si se había profesionalizado en este aspecto a través de talleres como el de Entrenamiento de técnicas ante cámara con Carolina Rivas.



CONCLUSIONES

El proyecto que se recoge en estas memorias ha avanzado mucho desde sus inicios hasta ahora. En un principio “El Reflejo” no se planteaba como una obra tan compleja como ha acabado siendo. La elaboración del guion literario fue clave en este aspecto. El mismo sufrió una fase de modificación en la que se debieron eliminar algunos detalles que dificultaban mucho la realización en los plazos previstos. Sin embargo, sin esta herramienta, la dirección de actores no hubiese sido posible ya que no se habría profundizado en la actitud, sentimientos y carácter de los personajes. Las acciones habrían sido demasiado repetitivas y carentes de contenido (y por lo tanto de metáfora) y hubiesen abundado los fallos de continuidad y las problemáticas durante la postproducción.

Gracias a un proceso de creación y conceptualización extenso, el videoarte se ha enriquecido y ha ganado forma, pero también la directora de la obra ha crecido mucho durante este proceso. Este período ha ayudado a la autora a ser consciente de sus capacidades y limitaciones en el mundo del videoarte, lo que le ha permitido también ganar confianza en estos aspectos. Por otra parte, este proyecto también le ha dado la posibilidad a la directora de ahondar en temáticas que siempre le resultaron llamativas como, la construcción de la imagen corporal, el feminismo o el lenguaje del videoarte. Todo ello la motivo a emprender este trabajo con muchas fuerzas y al día de hoy se siente muy conforme con todo lo realizado.

BIBLIOGRAFÍA

Brunch, H. (1962). Perceptual and conceptual disturbances in anorexia nervosa. *Psychosomatic medicine*, 24(2), 187-194.

del Portillo García, A., & Gálvez, A. C. (2014). Redefiniendo el videoarte: orígenes, límites y trayectorias de una hibridación en el panorama de la creación audiovisual española contemporánea. *Revista ICONO14. Revista científica de Comunicación y Tecnologías emergentes*, 12(2), 86-112.

Deren, M (Director). (1944). *At Land*. (Video). Estados Unidos

Estévez Díaz, M. (2013). Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de segundo ciclo de Educación Secundaria de la ciudad de Alicante. Universidad de Granada.

Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human relations*, 7(2), 117-140.

Flores, P. J., Cruz, A. J., & Gascón, M. B. (2017). Insatisfacción con la imagen corporal en niños y adolescentes: revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria*, 34(2), 479-489.

García Roldán, Á. (2012). *Videoarte en contextos educativos. Las nuevas narrativas audiovisuales y su inclusión curricular en los programas de educación artística desde una perspectiva antropológica*. Granada: Universidad de Granada.

Gueyraud, A. M. El videoarte como nuevo agente didáctico del diseño contemporáneo o los adiestramientos de trasposición entre irrealidades y realidades. *Actas de Diseño. Facultad de Diseño y Comunicación. Universidad de Palermo. ISSN, 1850, 2032*.

Hesse, H. (1990). *El lobo estepario*. Editorial Alianza

Hitoshi Matsumoto (Director). (2009). *Symbol* (DVD). Japón. Shochiku (Distribución)

Lacan, J. (1949). El estadio del espejo como formador de la función del yo [je] tal como se nos revela en la experiencia psicoanalítica. Escritos i, 1.

Le Boulch, J. (1986). La educación psicomotriz en la escuela primaria: la psicokinética en la edad escolar. Buenos Aires: Paidós. ISBN 950-12-1736.

Reilly, R. (2015). Palafitte Study 1[Fotografía]. Recuperado de <http://www.rohanreilly.com/>

Reilly, R. (2015). Palafitte Study 2 [Fotografía]. Recuperado de <http://www.rohanreilly.com/>

Schilder, P. (2013). The image and appearance of the human body. New York. International Universities Press.

Slade, P.D. (1994). «What is body image?». Behaviour Research and Therapy (32): pp. 497-502.

Tylka, T. L., & Sabik, N. J. (2010). Integrating social comparison theory and self-esteem within objectification theory to predict women's disordered eating. Sex roles, 63(1-2), 18-31.

Vara, C. (2014). Los inicios del videoarte feminista en España: antecedentes y estado de la cuestión. In Libro de Actas del II Congreso Internacional de Comunicación y Género. Facultad de Comunicación de Sevilla 1, 2 y 3 de abril de 2014. Coord. por Juan Carlos Suárez Villegas, Rosario Lacalle Zalduendo, José Manuel Pérez Tornero.(pp. 266-281). Sevilla: Universidad de Sevilla: Facultad de Comunicación; Madrid: Dykinson.

Veldhuis, J., Konijn, E. A., & Knobloch-Westerwick, S. (2017). Boost Your Body: Self-Improvement Magazine Messages Increase Body Satisfaction in Young Adults. Health communication, 32(2), 200-210.

Wilde, O. (2016). El retrato de Dorian Gray. Editorial Espasa Libros.

ANEXO

Anexo I: Enlace al vídeo

Anexo II: Guión literario

Anexo III: Guion técnico

Anexo I: Enlace al video

<https://vimeo.com/221290980>

Anexo II: Guion Literario

Int. Plató. Día

Chica

Aparece en una habitación blanca, totalmente vacía, ella está tirada en el suelo con los ojos cerrados y viste unas mallas color piel. Abre los ojos lentamente y se deslumbra por la luz. Con sus manos se toca la cara y comienza a levantarse del suelo con cuidado.

Una vez de rodillas, mira sus manos, las analiza con cuidado, mira sus pies y se sorprende. Se para despacio, mueve manos y pies por separado y se alegra de verlos funcionar. Contenta, comienza a tocar todo su cuerpo y cierra los ojos para disfrutar de las sensaciones que le produce su propio tacto.

Cuando vuelve a abrir los ojos, frente a ella descubre un espejo y se queda mirándolo sorprendida.

Reflejo

Permanece de pie, totalmente recto con los brazos a los costados, sonrío y tiene un aire un poco bufón. Lleva un punto rojo pintado en la frente.

Chica

Parpadea sorprendida, ella no lleva ningún punto rojo en la frente. Toca el reflejo para quitarle el punto rojo, pero no sale. Después de tres intentos, se toca la frente y el botón de papel rojo cae al suelo.

La joven sigue con la mirada al botón mientras cae. Una vez el botón está en el suelo ella levanta la cabeza de nuevo hacia el espejo.

Reflejo

Permanece quieto igual que antes pero ahora lleva los pechos desnudos.

Chica

Al ver su reflejo semidesnudo se sorprende y observa su torso, al descubrir que también ella esta semidesnuda se avergüenza y se tapa con las manos, pero se siente impotente de no poder cubrirse. La joven se frustra, le grita al espejo y le propina dos puñetazos.

Reflejo

Se ríe a carcajadas de la joven, la señala, se aguanta la cara y el vientre porque no puede contener la risa que le provoca.

Chica

Vuelve a aparecer vestida, sigue enfadada por la situación pero se detiene un momento para observar moretones que tiene en sus brazos, los toca, siente el dolor que le producen y se queda atónita. Comienza a llorar mientras levanta la cabeza para observar al espejo

Reflejo

Continúa riéndose de la joven a carcajadas.

Chica

Se lleva las manos a la cabeza, grita y comienza a golpear el espejo. Cuando para se toca el labio y mira la sangre que le queda en la mano, tiene una herida en la boca. Se lleva las manos a la cara y llora. Permanece en esa postura unos segundos, poco a poco los espasmos empiezan a calmarse y la joven se quita las manos de la cara.

De golpe levanta la cabeza y mira hacia un costado, un muchacho le entrelaza los dedos en su mano. Ambos se abrazan.

La joven se queda atónita mirando los ojos de su pareja (lleva un ojo azul y uno marrón), sonríe porque le encantan.

Reflejo

Los reflejos comienzan a murmurar entre sí con expresiones críticas y a señalarlos

Chica

Mientras aún abraza al muchacho, gira su cara para ver a los reflejos, vuelve a mirar los ojos del muchacho esta vez con gesto serio.

Reflejo

Siguen bromeando. Uno de ellos se toca los ojos, hace carantoñas y el resto ríen la broma.

Chica

Cada vez más seria, sigue observando la cara de su pareja. Se deshace bruscamente del abrazo

Muchacho

Se marcha caminando hacia atrás y desaparece poco a poco.

Reflejo

Vuelve a ser uno.

Chica

Se enzarza a golpear el espejo mientras llora. Para, se limpia la sangre de la nariz y sigue. Cae al suelo agotada, con la mano en el pecho, mientras intenta calmar su respiración. Tiene los dos ojos amoratados, sangre en las comisuras de la boca y bajo la nariz.

Reflejo

Se mantiene de pie con aire altanero.

Chica

Poco a poco comienza a integrarse y observa como el espejo copia sus movimientos. Sonríe, se pasa las manos por la cara y se quita la sangre y moretones. Toca sus brazos como quitándose polvo del cuerpo, coge un pintalabios del suelo y pinta los labios del reflejo, lo besa, lo mira, lo acaricia y se marcha con los labios pintados.

Anexo III: Guion Técnico

Sec.	Pl.	Pl. Rodaje	Indicación técnica	Imagen	Sonido
1	1	A	Plano: Plano general	Habitación completamente blanca, un espejo en el centro y una joven acostada durmiendo en el suelo de espaldas a al espejo y de cara a la cámara.	Ruido de nave espacial. Sonido distorsionado y música minimalista.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
1	2	B	Plano: Plano detalle	Piernas de la joven durmiendo en el suelo, mueve la pierna y la cámara acompaña el movimiento hasta el torso del cuerpo, donde la joven se da vuelta hasta quedar boca arriba. La cámara sigue hasta la cabeza. La joven comienza a abrir poco a poco los ojos con dificultad. Se lleva las manos a la cara y al levantarse sale de plano.	
			Ángulo: Medio perfil a cenital		
			Movimiento: <i>Travelling</i> horizontal		
1	3	C	Plano: Primer plano	La joven mira sus piernas flexionadas un poco borrosas, se lleva las manos a la cara.	
			Ángulo: Contrapicado Subjetivo		
			Movimiento: desenfoue.		
1	4	D	Plano: Primer plano	Quita las manos y la visión está más clara.	
			Ángulo: Contrapicado Subjetivo		
			Movimiento: enfoque.		
1	5	E	Plano: Primer plano	Pies se sacuden. Dan un pequeño salto y la cámara comienza a subir. Los brazos también se sacuden y estiran. Al llegar al rostro la joven ríe y la sonrisa se convierte en cara de placer. Se muere el labio inferior.	Risas, respiración primero mas rápida y luego mas lenta. La música desaparece.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: <i>Travelling</i> vertical		
1	6	F	Plano: Primer plano	Mano acaricia el brazo, sigue por el pecho, el cuello, hasta la cara, que tiene los ojos cerrados y la boca entre abierta. La joven abre los ojos, gira la cara y se sorprende.	Gemidos suaves. Respiración lenta que se corta de repente,
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: seguimiento		
1	7	G	Plano: Plano medio	Delante de ella hay un espejo con marco y el reflejo de ese espejo es ella, que espera con una sonrisa en	
			Ángulo: Medio contraplano		

			Movimiento: -	la cara y los brazos a los costados y un punto rojo en la frente.	
2	8	F	Plano: Primer plano	Ojos de la joven que suben en barrido lentamente y se detienen arriba.	Música de suspenso.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
2	9	G	Plano: Plano medio	La muchacha estira la mano e intenta quitarle el punto rojo de la frente al espejo. Intenta 2 veces y no lo logra.	
			Ángulo: Medio contraplano		
			Movimiento: -		
2	10	F	Primer plano	Muchacha con el brazo estirado (mano fuera de plano) con cara de enojo y extrañeza, sigue moviendo el brazo. Se toca la cara y un punto rojo de papel comienza a caer hasta llegar al suelo. La cámara se levanta hasta la cara de la joven que mira un poco hacia el suelo. Su cara esta relajada y luego frunce el seño.	
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: Cuando el botón cae - panorámica vertical de arriba abajo y vuelta hacia arriba		
2	11	H	Plano medio	La joven levanta la cabeza. El espejo lleva los pechos desnudos, la muchacha se asusta, retrocede y se cubre los pechos con las manos.	
			Ángulo: Medio contraplano		
			Movimiento: -		
2	12	I	Plano medio	La joven sigue retrocediendo con miedo, se mira los pechos y mira al frente al menos 2 veces, mientras se tapa los pechos con las manos en distintas posiciones. Se enoja y se enfrenta hacia delante.	Respiración rápida y nerviosa. Cuando se enoja grita.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
3	13	J	Plano general	La joven se enfrenta (con un pequeño sprint) al espejo y le da tres puñetazos. Al acabar retrocede con fuerza y se coge del brazo.	
			Ángulo: Medio totalmente perfil		
			Movimiento: -		
3	14	K	Plano medio	La joven vuelve a aparecer vestida. Se mira el brazo, tiene un moretón, lo toca y hace un gesto de dolor. Levanta la cabeza enojada.	Gemido de dolor.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
3	15	L	Plano medio	El espejo se ríe a carcajadas, la señala, se aguanta la cara y el vientre.	Risas.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
3	16	K	Primerísimo primer plano	Le corre una lagrima por el ojo.	Música minimalista.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		

3	17	L	Plano medio	Tres espejos están señalando y riéndose de la joven a carcajadas.	Risas x 3
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
3	18	K	Primer plano	La joven se lleva las manos a la cabeza y grita.	Grito.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
3	19	M	Plano medio	La joven golpea el espejo nuevamente. 5 puñetazos y se aleja.	
			Ángulo: Medio perfil		
			Movimiento: -		
3	20	N	Primer plano	La joven se toca una herida que tiene en el labio inferior, mira la sangre que le ha quedado en la mano. Se lleva las manos a la cara y comienza a llorar. Llora con fuerzas al principio, a medida que la cámara se aleja se va calmando. Se quita las manos de la cara. Mira hacia un costado.	Respiración rápida, llanto y luego respiración lenta.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: cuando deja de llorar <i>zoom out</i> lento		
4	21	O	Plano detalle	Unas manos se entrelazan.	Silencio y respiraciones lentas.
			Ángulo: medio frontal		
			Movimiento: -		
4	22	P	Primer plano	Aparece un muchacho con un ojo azul y otro marrón y sonríe.	
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
4	23	Q	Plano medio conjunto	Los jóvenes se abrazan. Se miran.	
			Ángulo: Medio (Perfil de los personajes. Punto de mirada del espejo)		
			Movimiento: -		
4	24	P	Primer plano	Ojos del joven, uno distinto que el otro, parpadeando.	
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
4	25	R	Primerísimo primer plano	Cara de la joven riéndose.	
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
4	26	Q	Plano medio conjunto	Los jóvenes se miran y sonríen. La joven gira la cara hacia la cámara.	Risas de 3 personas.
			Ángulo: Medio (Perfil de los personajes. Punto de mirada del espejo)		
			Movimiento: -		
4	27	S	Plano medio	Los tres espejos se ríen, señalan y hacen carantoñas.	Risas.
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
4	28	Q	Plano medio conjunto		Risas.

			Ángulo: Medio (Perfil de los personajes. Punto de mirada del espejo) Movimiento: -	La joven muy seria gira la cabeza y ve al muchacho.	
4	29	R	Primerísimo primer plano Ángulo: Medio frontal Movimiento: -	La joven frunce el seño.	Risas.
4	30	P	Plano detalle Ángulo: Medio frontal Movimiento: -	Ojos del joven, uno distinto que el otro, parpadeando.	Risas.
4	31	Q	Plano medio conjunto Ángulo: Medio (Perfil de los personajes. Punto de mirada del espejo) Movimiento: -	La joven empuja al muchacho con sus brazos y este se aleja.	Las risas se apagan lentamente.
4	32	P	Primer plano a plano general Ángulo: Medio frontal Movimiento: desenfoque progresivo	El joven se aleja caminando hacia atrás.	
5	33	Espejo del plano G	Plano medio Ángulo: Medio frontal Movimiento: -	Un solo reflejo la observa sonriente, derecho y con los brazos a los costados.	Música minimalista.
5	34	T	Plano medio Ángulo: Medio frontal Movimiento: -	Joven suspira, toma aire y se enfrenta hacia adelante (saliendo de cámara).	Respiración lenta y luego acelerado.
5	35	U	Plano medio Ángulo: Medio perfil Movimiento: -	La joven golpea al espejo al menos unas 3 veces.	
5	36	V	Primer plano Ángulo: Medio perfil Movimiento: .	La joven tiene sangre en la nariz, comisura de la boca, lagrimas en los ojos y sudor en la frente.	
5	37	W	Plano medio Ángulo: Medio perfil Movimiento: -	La joven golpea al espejo, Cada vez golpea con menos fuerza hasta que cae al suelo.	Música minimalista.
6	38	X	Plano general Ángulo: Contrapicado frontal Movimiento: -	Joven con la mirada triste y cansada, mirando hacia arriba, extiende la mano.	
6	39	Y	Plano medio Ángulo: medio frontal (cámara baja) Movimiento: -	Piernas del reflejo.	
6	40	Z	Plano medio Ángulo: Medio frontal Cámara en mano	La joven comienza a integrarse poco a poco y con mucho esfuerzo.	
6	41	ZA	Primer plano		

			Ángulo: Medio frontal	Joven aún con sangre y moretones	
			Movimiento: -	sonríe lentamente y con esfuerzo.	
6	42	G	Plano medio	El espejo copia la sonrisa de la joven.	
			Ángulo: Medio contraplano		
			Movimiento: -		
6	43	ZB	Primer plano	La joven se pasa las manos por su cara y se quita la sangre y moretones.	
			Ángulo: Medio frontal		
			Movimiento: -		
6	44	ZC	Plano medio	La joven pasa la mano por el espejo acariciándolo	
			Ángulo: Medio perfil		
			Movimiento: -		
6	45	ZD	Plano medio	Pintalabios y piernas de la joven. Poco a poco el resto de la muchacha entra en plano y coge el pintalabios.	
			Ángulo: Contrapicado frontal		
			Movimiento: -		
6	46	ZE	Primer plano	Abre el pintalabios y lo acerca al espejo.	
			Ángulo: Medio contraplano		
			Movimiento: -		
6	47	ZB	Plano general	La joven pinta al espejo con el pintalabios. Se aleja un poco y vuelve para besarlo. Al acabar la joven camina en dirección a la cámara con los labios pintados.	
			Ángulo: Medio perfil		
			Movimiento: -		